



ΜΗΝ ΑΦΗΝΕΤΕ ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΗ ΝΑ ΣΑΣ ΡΑΓΙΖΕΙ ΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ

ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΟΤΙ ΟΙ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΑΙΤΙΑ ΑΝΑΠΗΡΙΑΣ ΚΑΙ ΘΑΝΑΤΟΥ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΔΙΑΒΗΤΗ ΤΥΠΟΥ 2;¹

Ο όρος «καρδιαγγειακές παθήσεις» αφορά όλα τα νοσήματα που επηρεάζουν την καρδιά και τα αιμοφόρα αγγεία. Ο διαβήτης τύπου 2 προκαλεί υψηλό σάκχαρο στο αίμα που μπορεί να προκαλέσει βλάβη στα τοιχώματα των αρτηριών. Η βλάβη αυτή μπορεί να οδηγήσει σε εναπόθεση λιπιδίων στα αιμοφόρα αγγεία και στένωση των αρτηριών, η οποία με τη σειρά της μπορεί να οδηγήσει σε μειωμένη ροή αίματος. Το υψηλό σάκχαρο αίματος μπορεί επίσης να συντελέσει στην αύξηση της πήξης του αίματος και τη δημιουργία θρόμβων.²⁻⁴ Τα παραπάνω καθιστούν το άτομο με διαβήτη τύπου 2 σε αυξημένο κίνδυνο για εμφάνιση κάποιου επεισοδίου από το καρδιαγγειακό σύστημα. Ρωτήστε το γιατρό σας με ποιον τρόπο η επιλογή ενός υγιεινού τρόπου ζωής και οι κατάλληλες θεραπείες μπορούν να συμβάλουν στην αντιμετώπιση του διαβήτη τύπου 2, μειώνοντας ταυτόχρονα τον κίνδυνο να υποστείτε καρδιαγγειακό επεισόδιο (π.χ. έμφραγμα μυοκαρδίου ή αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο).

Ερωτήσεις για τον γιατρό σας

Οι ερωτήσεις που ακολουθούν θα σας βοηθήσουν να θέσετε τα σωστά ερωτήματα σχετικά με τη σύνδεση μεταξύ διαβήτη τύπου 2 και καρδιαγγειακών παθήσεων και να μάθετε περισσότερα για το πώς μπορείτε να μειώσετε τον κίνδυνο να υποστείτε έμφραγμα και εγκεφαλικό.

- 1** Γιατί διατρέχω αυξημένο κίνδυνο να υποστώ έμφραγμα και εγκεφαλικό εξαιτίας του διαβήτη τύπου 2;
- 2** Πώς μπορώ να μειώσω τον κίνδυνο να υποστώ έμφραγμα και εγκεφαλικό;
- 3** Μπορεί η απώλεια βάρους να συμβάλει στη μείωση του κινδύνου να υποστώ έμφραγμα και εγκεφαλικό;
- 4** Μειώνει η φαρμακευτική αγωγή που λαμβάνω σήμερα για την αντιμετώπιση του διαβήτη τύπου 2 το σάκχαρο του αίματος αλλά και τον κίνδυνο να υποστώ έμφραγμα και εγκεφαλικό;

1. Low Wang CC, Hess CN, Hiatt WR, et al. Clinical Update: Cardiovascular Disease in Diabetes Mellitus: Atherosclerotic Cardiovascular Disease and Heart Failure in Type 2 Diabetes Mellitus - Mechanisms, Management, and Clinical Considerations. *Circulation*. 2016;133:2459-2502.
2. International Diabetes Federation. Diabetes and Cardiovascular Disease Report. 2016. Available at: <https://www.idf.org/our-activities/care-prevention/cardiovascular-disease/cvd-report>. Last accessed: June 2018.
3. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas. 8th edition. Brussels, Belgium. 2017. Available at: <http://www.diabetesatlas.org/>. Last accessed: June 2018.
4. Fihn SD, Gardin JM, Abrams J, et al. ACCF/AHA/ACP/AATS/PCNA/SCAI/STS Guideline for the Diagnosis and Management of Patients With Stable Ischemic Heart Disease. *Journal of the American College of Cardiology*. 2012; 60:e44-e164.